

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah Penelitian

Atlet membutuhkan ketangguhan mental, ketepatan yang luar biasa, dan kekuatan fisik untuk sukses dalam berenang. Salah satu aspek terpenting dalam pengembangan atlet adalah motivasi intrinsik, yang memainkan peran penting dalam seberapa baik program pepepelatihan berjalan dan seberapa jauh atlet dapat melangkah. Mungkin sulit bagi instruktur di Pusat Pepepelatihan Renang (PUSLAT) untuk menjaga motivasi atlet mereka sepanjang program pepepelatihan, terutama ketika program pepepelatihan menuntut dan monoton.

Pengembangan dan pembinaan atlet, khususnya mereka yang berenang di Pusat Pengembangan Olahraga Kota Denpasar (PUSLAT), sangat bergantung pada motivasi. Terdapat korelasi yang kuat antara tingkat motivasi atlet dan kemauan mereka untuk berolahraga serta kemampuan mereka untuk tampil maksimal selama kompetisi. Tingkat dedikasi, konsistensi, dan ketahanan atlet dalam pepepelatihan berkorelasi langsung dengan tingkat motivasi mereka.

Motivasi pepepelatihan sangat penting bagi atlet untuk antusias dan gigih sepanjang program pepepelatihan mereka, menurut penelitian yang dilakukan di Pusat Pengajaran dan Pepepelatihan Olahraga Siswa Jawa Tengah (PPLOP) oleh Syaukani dkk. (2020). Meskipun tingkat motivasi belajar di kalangan atlet tinggi, penelitian ini menemukan bahwa banyak dari mereka kurang memiliki semangat pepelatihan, sehingga diperlukan pendekatan yang terarah untuk meningkatkan performa mereka.

Sehingga mereka lebih termotivasi untuk berolahraga. Skenario serupa mungkin terjadi pada perenang di Pusat Renang Kota Denpasar (PUSLAT), di mana lamanya kamp pepepelatihan menyebabkan penurunan antusiasme untuk

berolahraga.

Penurunan motivasi pepelatihan terlihat di kalangan atlet di Pusat Renang Kota Denpasar (PUSLAT), menurut wawancara dengan dua pelatih kepala dari Kota Denpasar, Dr. I Wayan Wiarta S.Pd., M.For. dan I Wayan Erik Erawadi Tunas S.Kom., yang berlangsung pada 2 November 2024. Kebosanan saat pepelatihan, terlalu banyak bicara, sering terlambat, dan ketidakmampuan untuk mencapai tujuan adalah gejala-gejala tersebut. Empat atlet dari Kota Denpasar Deko Tama, Shiva, Aime K., dan Andini Carisa juga mengungkapkan kebosanan selama berolahraga, yang dikuatkan oleh data yang dikumpulkan dari wawancara. Atlet tersebut menyatakan bahwa motivasi sangat penting karena pepelatihan yang monoton dan berulang dapat menyebabkan hilangnya minat terhadap olahraga. Selain melakukan survei terhadap perenang di Pusat Pepelatihan Renang Kota Denpasar, kami juga akan menggunakan Google Forms untuk mengukur tingkat minat mereka terhadap siaran video penyemangat pepelatihan. Sebanyak 32 atlet (atau 60%) mendukung penyediaan film insentif pepelatihan, dengan 40% menyatakan sangat setuju. Temuan tersebut diperoleh dari Google Form.

Film-film motivasi semakin populer sebagai cara untuk mengatasi menurunnya minat dalam pepelatihan. Visualisasi pesan-pesan inspiratif, kisah sukses, dan prestasi atlet terkenal merupakan komponen utama film-film motivasi, yang bertujuan untuk menginspirasi dan memotivasi penonton.

Harapannya adalah efek psikologis positif dari film-film ini akan mendorong atlet untuk berlatih dengan lebih giat dan antusias, dan mereka akan mampu mengatasi kebosanan dan kelelahan dalam pepelatihan dengan lebih mudah.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Budiarto, A., dan Hidayat (2021), film-film inspiratif memiliki dampak signifikan dalam meningkatkan semangat dan motivasi pemain dalam permainan. Dengan luaran ini, Pusat Renang Kota Denpasar dapat menerapkan pendekatan serupa ke dalam program pepelatihannya. Dipercaya bahwa perenang di Kota Denpasar akan mendapatkan dorongan ekstra untuk tetap termotivasi selama setiap sesi pelatihan dengan secara berkala menayangkan film-film inspiratif.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Nurhadi, A., dan Syafrudin (2021) menunjukkan bahwa film-film inspiratif dapat membantu atlet meningkatkan perhatian dan fokus mereka saat berolahraga. Atlet mampu memahami arahan pelatih, meningkatkan teknik renang mereka, dan mencapai tujuan pelatihan mereka lebih cepat ketika mereka berkonsentrasi lebih intens. Oleh karena itu, diharapkan bahwa penerapan film-film motivasi oleh Pusat Renang Kota Denpasar akan secara signifikan meningkatkan motivasi pelatihan para atlet.

Banyak literatur olahraga juga menekankan pentingnya dorongan intrinsik bagi pertumbuhan atlet. Atlet didorong untuk selalu meningkatkan diri dan berprestasi di tingkat tinggi oleh dampak internal dan eksternal (Vallerand, R. J., & Losier, 2021). Apa yang kita sebut "motivasi intrinsik"

Menonton film-film inspiratif dapat memengaruhi dua jenis motivasi: intrinsik, yang berasal dari dalam, dan ekstrinsik, yang berasal dari sumber eksternal, seperti dukungan sosial dan insentif finansial. Film-film motivasi dapat meningkatkan motivasi intrinsik dan ekstrinsik melalui penggunaan visual yang membangkitkan semangat, yang pada gilirannya membantu atlet mempertahankan minat mereka dalam pelatihan dalam jangka panjang.

Terdapat kekurangan studi yang secara khusus meneliti dampak film motivasi terhadap motivasi pepelatihan atlet renang di Indonesia, meskipun terdapat data empiris yang substansial yang mendukung efisiensi video-video ini dalam meningkatkan motivasi secara umum. "Dampak Video Motivasi terhadap Motivasi Pepelatihan Atlet di Pusat Pepelatihan Renang Kota Denpasar" adalah judul penelitian yang dilakukan selanjutnya. Menemukan seberapa besar dampak film inspiratif terhadap motivasi pepelatihan perenang di Pusat Pepelatihan Renang Kota Denpasar adalah tujuan utama penelitian ini. Dengan menjelaskan apa yang berluaran dan apa yang tidak dalam hal motivasi atlet, penelitian ini diharapkan dapat membantu pelatih dan manajemen PUSLAT dalam menciptakan program pepelatihan yang lebih baik.

Para profesional dan peneliti di industri olahraga, terutama mereka yang berkecimpung dalam pengembangan atlet renang, mungkin akan menemukan temuan penelitian ini bermanfaat. Dengan itu, penelitian ini memajukan pemahaman kita tentang psikologi olahraga sekaligus memenuhi kebutuhan pemain dan pelatih.

1.2 Identifikasi Masalah Penelitian

Berdasarkan informasi yang diberikan, sejumlah kekhawatiran tentang keinginan para atlet di Pusat Pepelatihan Renang Kota Denpasar (PUSLAT) untuk berlatih telah ditemukan. Kekhawatiran tersebut meliputi:

1. Orang-orang yang berlatih di Pusat Pepelatihan Renang Kota Denpasar (PUSLAT) kurang termotivasi untuk berlatih.
2. Studi yang meneliti dampak film pepelatihan yang memotivasi bagi perenang memiliki beberapa keterbatasan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengatasi kekhawatiran tersebut dengan meneliti bagaimana motivasi pepelatihan atlet Pusat Pepelatihan Renang Kota Denpasar (PUSLAT) didampaki oleh pengenalan film pepelatihan yang inspiratif. Penelitian ini akan menjelaskan bagaimana menonton video inspiratif dapat meningkatkan motivasi pepelatihan, bagaimana membalikkan penurunan motivasi pepelatihan, dan apa yang dapat dilakukan tim renang, pelatih, dan atlet untuk tetap antusias dan termotivasi saat berlatih.

1.3 Pembatasan Masalah

Pembatasan penelitian berikut ini penting untuk pemahaman yang lengkap:

Di Pusat Pepelatihan Renang Kota Denpasar (PUSLAT), penelitian ini terbatas pada dua topik: menurunnya motivasi pepelatihan atlet dan dampak film inspiratif terhadap motivasi tersebut.

1.4 Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan uraian di atas, pertanyaan berikut muncul sebagai area potensial untuk penelitian lebih lanjut: Apakah motivasi pepelatihan Pusat Renang Kota Denpasar meningkat setelah menonton video motivasi?

1.5 Tujuan Penelitian

Topik penelitian yang telah disebutkan merupakan dasar dari penelitian ini, yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana penayangan film inspiratif memengaruhi motivasi pepelatihan di kalangan atlet Pusat Renang Kota Denpasar.

1.6 Manfaat Luaran Penelitian

Studi ini memiliki keuntungan teoritis dan praktis. Berikut beberapa keuntungannya:

1). Manfaat Teoritis

Secara teoritis, studi ini seharusnya memberikan keuntungan sebagai berikut:

- a. Studi ini berpotensi memajukan bidang teori motivasi olahraga, terutama yang berkaitan dengan penggunaan film inspiratif untuk meningkatkan semangat atlet selama pepelatihan.
- b. Studi ini dapat memperkuat penelitian yang sudah ada tentang dampak media visual yang memotivasi terhadap motivasi olahraga, terutama yang berkaitan dengan renang.
- c. Studi ini berpotensi memperkuat kesimpulan yang diambil dari studi sebelumnya tentang elemen-elemen yang memengaruhi motivasi terkait pepelatihan pada atlet.

2). Manfaat Praktis

Aplikasi yang diharapkan dari temuan studi ini meliputi:

- a. Berdasarkan temuan ini, pelatih dapat membuat rencana pepelatihan yang lebih individual yang meningkatkan kinerja atlet di semua bidang, termasuk fisik, mental, dan motivasi.
- b. Studi ini dapat mengajarkan atlet nilai motivasi dan menunjukkan kepada mereka cara menggunakan film motivasi untuk tetap termotivasi, fokus, dan konsisten dalam pepelatihan mereka.
- c. Peneliti lain dapat menggunakan studi ini sebagai titik awal untuk penelitian mereka sendiri, yang dapat membantu meningkatkan motivasi atlet renang untuk berlatih.

